

**KECENDERUNGAN BUNUH DIRI PADA PENDERITA DEPRESI
DITINJAU DARI INTERAKSI SOSIAL YANG NEGATIF
SEBAGAI STRESSOR**

Skripsi



Diajukan oleh:

HAFIT MUHAMMAD FAHRUZI

F 100 020 002

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2010

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan modernisasi telah meliputi setiap pelosok negeri, propinsi, kota, bahkan sampai ke desa-desa terpencil, sehingga mempengaruhi setiap dimensi kehidupan individu dan masyarakat. Pengaruh dari nilai-nilai modern tersebut, menghasilkan berbagai manfaat dan kemajuan suatu daerah yang membuat peradaban dan tatanan masyarakat lebih praktis dan efektif. Namun, dari cepatnya kemajuan modernisasi pada suatu daerah dan manfaatnya bagi manusia, ternyata modernisasi yang begitu besar pengaruhnya di suatu daerah itu, memunculkan suatu permasalahan yang cukup besar dan sulit di dalam kehidupan individu dan masyarakat disana, khususnya permasalahan-permasalahan yang muncul dari hasil kemajuan modernisasi tersebut, baik berupa rendahnya ruang kerja yang disediakan bagi individu dikarenakan banyaknya ruang kerja yang telah tergantikan dengan mesin dalam dunia industri, atau mudahnya informasi dan komunikasi yang tidak *terfilterisasi* dari nilai-nilai budaya dan gaya hidup yang berasal dari negara atau daerah yang *notabene* mempunyai nilai kebudayaan yang *sekuler*, sehingga mempengaruhi pranata kehidupan individu dan masyarakat.

Pengaruh tersebut mempunyai dampak yang cukup luas dalam kehidupan bermasyarakat, yang bila ditinjau secara *epidemiologi* sosial merupakan gejala dari perubahan sosial dan kebudayaan. Gilin-gilin (Soekanto, 2002) menyebutkan bahwa perubahan sosial sebagai suatu variasi dari cara-cara hidup yang diterima,

baik karena perubahan-perubahan kondisi geografis, kebudayaan material, komposisi penduduk, ideologi, maupun karena adanya difusi ataupun penemuan-penemuan baru dalam masyarakat, menunjuk pada modifikasi-modifikasi yang terjadi dalam pola-pola kehidupan dan perilaku manusia yang terjadi karena sebab-sebab intern maupun ekstern.

Pasalnya, perubahan sosial mempunyai dampak yang positif bagi lingkungan individu dan sosial, tetapi secara aplikatif diketahui bahwa dalam proses perubahan sosial dapat mempunyai 2 kutub yang saling berlawanan. Salah satu kutub akan mendorong kepada nilai positif, yaitu terorganisasinya suatu masyarakat ke arah yang lebih baik, atau sebaliknya akan mengarahkan ke arah yang negatif, yaitu disorganisasinya suatu masyarakat yang mengakibatkan dampak permasalahan terhadap dimensi kehidupan. Salah satu bentuk masalah yang dihadapi di masa sekarang, dan merupakan bentuk dari perilaku-perilaku individu yang terpecah (disorganisasi sosial) yaitu, tingginya tingkat bunuh diri di suatu daerah atau negara.

Kartono (1999) menyebutkan individu terpecah adalah individu yang puas dalam usaha membenaran diri dan pendefinisian diri sendiri, sehingga akan merasa tidak bahagia dan tidak mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Selain itu, individu akan semakin tidak bahagia atau sengsara apabila tidak ada kongruensi atau keseimbangan antara pendefinisian diri dengan hukuman sosial, antara peranan yang dituduhkan kepada dirinya dan peranan sosial menurut interpretasinya sendiri. Jadi prosesnya berlangsung sebagai bentuk interaksi

antara faktor-faktor subyektif dengan faktor-faktor obyektif. Proses yang demikian sering kali berlangsung melalui banyak konflik batin dan krisis jiwa.

Pada kasus-kasus yang ekstrim berlangsunglah ketidakmampuan penyesuaian diri secara total, ada personal mal-adjustment dan kepatahan jiwa secara total atau "*complete breakdown*", konflik-konflik hebat disebabkan oleh perbandingan antara hukuman sosial dan definisi diri yang membelah kesatuan kepribadian, lalu mengakibatkan disintegrasi total, timbullah kemudian aku-aku sosial yang saling bertentangan, atau pribadi menjadi terintegrasi berdasarkan atas delusi-delusi, sehingga menelorkan tingkah laku yang aneh, kriminal dan sangat membahayakan umum. Ada juga pribadi-pribadi yang tidak mampu mengadakan penyesuaian diri/adaptasi terhadap lingkungannya, disebabkan oleh alasan ditolak oleh masyarakat untuk menjalankan peranan-peranan yang sangat didambkannya, kemudian melakukan bunuh diri sebagai jalan keluar. (Kartono, 1999)

Bunuh diri memang bukan kisah baru dalam masyarakat modern saja. Kesiadaan ahli filsafat Socrates untuk minum racun, merupakan tindakan bunuh diri yang dilakukan secara sadar. Walau ada hubungan dengan hukuman mati yang dijatuhkan padanya. Socrates memilih mati dengan cara minum racun daripada mencabut keyakinannya. Dalam cerita wayang yang bersumber dalam kitab Ramayana dan Mahabhrata, dapat kita temukan tokoh Kumbokarno yang mati bunuh diri dengan cara nekat berperang. Begitu pula tradisi *Harakiri* bangsa Jepang, melakukan bunuh diri dengan memasukkan pisau ke arah jantungnya, sebagai bentuk sikap kesatriaan dalam membela kehormatan dan terlepas dari

dosa. Pada masyarakat moderen sekarang, cara dan tujuan bunuh diri pun beragam. Ada bunuh diri dengan membakar diri, meminum racun, menjatuhkan diri dari bangunan tinggi atau hanya dengan gantung diri.

Dari tahun ke tahun, kasus kematian karena bunuh diri di berbagai negara pun meningkat. Meskipun angka kematian yang terjadi masih jauh bila dibandingkan China atau Amerika serikat ((“Mengapa Remaja”, 2004), (“Suasana Hati”, 2005), (“Tiap 4 menit”, 2006)). Di beberapa daerah di Indonesia kasus bunuh diri sudah sangat memperihatinkan, keadaan ekonomi dan sosial-politik yang kian terpuruk, kemiskinan merajalela, dan sikap *Agnotisme* terhadap agama maupun norma, menjadikan individu-individu terdorong melakukan bunuh diri. Tidak mendapatkan jalan keluar dari permasalahannya, maka bunuh diri dianggap jalan keluar yang menjanjikan baginya untuk keluar dari permasalahan tersebut.

Seperti hasil wawancara peneliti terhadap salah satu informan (SN) yang pernah melakukan percobaan bunuh diri, serta mengutarakan tentang kondisi dirinya dan penyebab dari tindakannya tersebut. Diketahui bahwa (SN) melakukan tindakan tersebut diawali dari perasaan yang dialaminya, ketika dirinya merasa tidak sanggup untuk memenuhi kebutuhan keluarga yang saat itu sangat membutuhkan biaya sekolah anaknya yang pertama untuk memasuki sekolah dasar.

"Saya melakukan bunuh diri ini, karena saya waktu itu sangat membutuhkan biaya anak untuk masuk SD. Namun, karena sehari-hari saya Cuma bekerja sebagai tukang ojek, padahal untuk isi bensin dan biaya makan anak-istri aja udah pas-pasan, maka saya sulit sekali untuk mengumpulkan uang untuk biaya masuk anak, apalagi untuk biaya pendaftaran dan uang kaos, saya sangat kesulitan."(SN, W1,6,8,10, 1/9/06, RMH)

Keadaan ekonomi SN yang sangat sulit, serta kebutuhan keluarga yang mendesak, menjadikan SN merasa tertekan dan bingung dalam mencari jalan keluar dari permasalahannya. Walaupun SN berusaha mencari pendapatan dari pekerjaan lain, namun hal itu belum mencukupinya, bahkan dari hari ke hari SN merasa putus asa dan kalut dalam berpikir.

"Saya sudah usaha berbagai cara untuk bisa cari pendapatan lain, tapi hasilnya belum bisa mencukupi. Saya coba untuk kerja serabutan selain dari ojeg, seperti mengumpulkan besi atau plastik bekas, tapi hal itu masih belum bisa untuk mencukupi biaya anak saya itu, saya pun jadi bingung dan kalut" (SN, W1, 12-13, 15, 1/9/06, RMH)

SN juga pernah mencoba meminjam uang dari beberapa orang temannya dan saudara dari pamannya, tetapi usaha tersebut hanya menjadikannya lebih tertekan, karena merasa dipermalukan dan dihardik, sehingga bukan mendapat uang, tetapi hanya cercaan yang didapat. Dengan perasaan bingung dan kalut tersebut, menjadikan SN tidak selera makan, susah tidur dan suka marah-marah, bahkan terkadang tidak pulang dan tidur di pinggir jalan.

"Saya pernah coba pinjam ke teman dan sepupu dari paman saya, tapi bukan dapat uang, eh.. malah dimarahin dan dikatakan bahwa saya itu pemalas. Yaa.. dari kejadian itu pikiran saya makin gak karuan, pengennya marah-marah, kadang suka pusing, terus gak tau kenapa sejak itu saya pengennya sendiri dan kadang tidur di jalan sampai pagi." (SN, W1, 25-26, 29, 1/9/06, RMH)

Dari pengalaman tersebut, SN mulai merasa sendiri dan takut kalau melihat anak dan istrinya, karena SN merasa kalau bertemu mereka, dia membayangkan dirinya seperti selalu akan dimintai uang. Sampai suatu saat SN mencoba melakukan percobaan bunuh diri dengan menggantung diri dengan seutas tali tambang dari *"tali sumur"*. Namun, selang beberapa menit istrinya yang melihat kejadian tersebut berteriak dan mencoba melepaskan tali yang digantung, dan

datang beberapa orang dari tetangganya yang mendengar untuk turut menolong, kemudian SN dilarikan ke rumah sakit Sarjito, Yogyakarta.

"emm.. Ya lama-kelamaan saya merasa bosan hidup dan ingin lepas dari permasalahan ini. Soalnya kalau setiap saya melihat anak dan istri di rumah, saya selalu membayangkan kalau mereka pasti akan menagih biaya sekolah anak saya itu, karena waktu masuk sekolah udah dekat (W1, 35-36). Pernah suatu hari saya merasakan pusing yang luar biasa, seakan-akan ada suara yang berisik di sekitar saya, entah mengapa pada saat itu saya merasa sesak dan ingin rasanya untuk bunuh diri. yaa.. waktu itu saya berjalan kebelakang untuk mandi, tapi seketika saya melihat tali tambang yang ada di sumur, seketika itu juga ada dorongan dalam diri saya untuk mengambil tali itu dan saya lupa dan tidak sadar lagi. " (SN, W1, 43, 45 48, 50, 1/9/06, RMH)

Wawancara diatas adalah keterangan yang didapat dari salah satu informan, yang menceritakan pengalamannya saat melakukan tindakan bunuh diri, dengan penyebab dari stressor interaksi sosial yang negatif, berupa kesulitan ekonomi dari krisis ekonomi dan naiknya harga BBM yang menjadikan tingginya tuntutan kebutuhan serta penolakan orang lain dari teman dan saudara-saudaranya, maupun kurangnya dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya.

Kepala Poli Kesehatan Jiwa RS Sardjito, Yogyakarta menyatakan, sejak krisis ekonomi 1997 kemudian terus berkelanjutan dengan kebijakan kenaikan bahan bakar minyak secara berulang, banyak masyarakat merasakan hilangnya kesempatan kerja, meraih pendidikan yang baik, pelayanan kesehatan bermutu, dan kesejahteraan hidup bukannya meningkat malahan menurun. Dalam kurun waktu 3-6 enam bulan mendatang, diperkirakan bakal terjadi ledakan pasien akibat gangguan psikologis atau kejiwaan. Saat ini, pascakenaikan harga BBM jumlah pasien di Poli Kesehatan Jiwa Rumah Sakit Sardjito Yogyakarta mengalami peningkatan hingga 100 persen. Prof. Dr. Suwadi mengatakan hal itu saat ditemui di ruang kerjanya, Jum'at (25/08/06).

"Saat ini, rata-rata setiap hari pasien yang datang ke poli mencapai 15 - 20 orang. Sedangkan sebelumnya, antara 5-10 pasien dan sudah 3 orang yang telah melakukan percobaan bunuh diri" ("Harga BBM naik", 2006).

Dari kalangan para sosiolog, perilaku bunuh diri dianggap sebagai manifestasi dari hubungan interaksi dan efek dari kegagalan individu dalam hidup bermasyarakat. Pandangan yang berawal dari Durkheim menilai bahwa bunuh diri merupakan tindakan yang dilakukan seseorang dikarenakan ketidakmampuan individu dalam beradaptasi dan berintegrasi dengan masyarakatnya, kemudian dari perilaku tersebut terjadi suatu masalah pada kehidupan individu, sehingga memunculkan masalah bagi mental dan emosinya. Kondisi tersebut muncul dari gejala yang diakibatkan kurangnya perhatian, merasa tidak dimengerti dan perilaku negatif yang memicu munculnya gangguan tersebut, dengan sebab secara khusus oleh faktor interaksi yang bertentangan, karena adanya ancaman dan tekanan dari perilaku yang tidak stabil dan berlawanan (O'Connor & Sheely, 2000). Adapun para ahli psikologi dan klinisi memandang bahwa, perilaku bunuh diri adalah kepanikan dan letupan sesaat, atau sebuah dorongan yang tiba-tiba. Antara terpicu dan bertindak hanya berlangsung sekejap, dalam hitungan detik, menit, atau jam, namun tidak dalam hitungan hari. Orang berada dalam emosi yang sangat memuncak sebelum akhirnya dia mengakhiri hidupnya. Jarang sekali orang sampai berpikir dua sampai tiga kali sebelum bunuh diri, kecuali ada obsesi kompulsif yang terus berulang. Lalu ia terobsesi untuk mengakhiri hidupnya (Mukadis, 2004).

Maris (2002) menyatakan, setelah mendata gejala yang umum terjadi pada pelaku bunuh diri. Factor pencetus yang mungkin terjadi adalah *distal chronic*

trait atau *proximal acute state*. Susahnya mencari jawaban pencetus bunuh diri, dikarenakan banyaknya prediksi yang ada. Sebagaimana yang terjadi di Atlanta, Amerika Serikat, orang kulit putih cenderung lebih tinggi untuk melakukan bunuh diri sampai dengan 90 % dari orang dewasa yang pernah melakukan bunuh diri, dan setelah didiagnosis dengan DSM IV, diindikasikan dari pelaku bunuh diri tersebut menderita depresi. 15 % dari penderita mayor depresi yang di rawat di rumah sakit pernah melakukan percobaan bunuh diri. Adapun penderita Bipolar disorder dengan tipe schizophrenia dapat pula melakukan tindakan bunuh diri pada saat mengalami periode psikotik. Akan tetapi, dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi di dunia akademik. Telah dilakukan beberapa penelitian diluar negeri yang mencoba mengkaji lebih dalam tentang perilaku atau kecenderungan bunuh diri dengan pendalaman dari beberapa informasi yang terkumpul dari setiap bidang ilmu dan kajian. Ditemukan dari penelitian-penelitian dan literatur, serta hasil pengkajian dari fakta dan dokument dilapangan. Bahwasanya fenomena bunuh diri dapat dipandang sebagai manifestasi dari tekanan sosial serta interaksi yang tegang, dari konflik interpersonal maupun sosial-masyarakat, sehingga mengakibatkan gangguan psikologi yang dapat mengantarkan kepada perilaku atau kecenderungan bunuh diri, ditambah lagi dengan keadaan lingkungan fisik maupun psikis individu dengan penyesuaian yang negatif (*unwholesome*), menjadikannya sebagai suatu interaksi sosial yang negatif.

Murray dkk (2001) meneliti hubungan kecemasan sosial dengan depresi yang menunjukkan adanya hubungan antara kedua variabel tersebut pada anak-

anak dan orang dewasa, dimana 4 sampai 8 persen mengalami gangguan depresi dari lingkungan sosialnya. Dimana dari beberapa laporan penelitian disebutkan gangguan depresi yang dialami oleh individu menderita gangguan depresi berat.

Krause dan Shaw (2002) meneliti 605 orang untuk menemukan hubungan interaksi sosial yang negatif dengan ketidakmampuan fungsi diri. Menyatakan bahwa, interaksi sosial yang dilakukan oleh individu akibat tidak melakukan hubungan interpersonal dengan baik dan dukungan sosial yang cukup, dapat mendorong individu mengalami tekanan dari lingkungan sosialnya dan berdampak pada timbulnya gangguan depresi akut. Adapun penelitian Okun dan Keith menyatakan hubungan interaksi sosial berkaitan erat dengan depresi yang muncul akibat tekanan psikologi dan masalah sosial yang dihadapi seseorang. (Liang, Krause Dkk, 2001). Meskipun berdasarkan beberapa penelitian menyebutkan bahwa interaksi sosial negatif yang menyebabkan ketegangan yang sangat kronis (*chronic strain*) pada individu, manifestasinya akan nampak setelah beberapa waktu kemudian (Krause dan Shaw, 2002)

Dari penelitian yang dilakukan Gordon Dkk (1997), menemukan satu konsep yang menyatakan bahwa interaksi sosial yang negatif sangat mempengaruhi timbulnya depresi yang dihasilkan dari stressor, oleh karena itu, hasil penelitiannya membuktikan frekwensi interaksi sosial yang negatif berhubungan erat dengan kepribadian individu, frekwensi interaksi sosial yang negatif berhubungan erat dengan pemicu timbulnya depresi, frekwensi interaksi sosial yang negatif berhubungan erat dengan kepribadian individu yang mendorong pada gangguan depresi. Kesimpulannya bahwa, individu yang

mempunyai kepribadian yang lemah akan mudah sekali mengalami tekanan dari stressor yang ada di lingkungannya, yang berasal dari interaksi sosial yang negatif, sehingga akan mendorong munculnya gangguan depresi pada dirinya serta dapat memicu tindakan bunuh diri.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui gambaran yang lebih jelas dan lebih dalam lagi dari interaksi sosial penderita depresi yang memiliki kecenderungan bunuh diri ?

B. Keaslian Penelitian

Beberapa studi yang terkait dengan kecenderungan bunuh diri dan depresi telah banyak dilakukan. Tetapi penelitian yang secara khusus mengungkap interaksi sosial yang negatif pada penderita depresi, sejauh pengamatan penulis belum banyak dilakukan. Penelitian yang dilakukan di Pittsburgh, yang meneliti 3 variabel hubungan sosial (sosial integrasi, dukungan sosial dan interaksi sosial yang negatif) menunjukkan bahwa 3 variabel hubungan sosial tersebut saling mempengaruhi satu sama lain terhadap kesehatan mental seseorang (Cohen, 2004). Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang meneliti dari 605 orang di Amerika Serikat (kecuali Alaska dan Hawaii) dan dari seluruh sampel yang diteliti, ditemukan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh interaksi sosial yang negatif terhadap rusaknya kesehatan mental terutama dengan gangguan depresi (Krause dan Shaw, 2002).

Penelitian di Indonesia tepatnya di kota Magelang dilakukan oleh Adillah (1999) dengan metode kuantitatif, untuk meneliti hubungan depresi dan

kecenderungan bunuh diri pada subjek anak-anak delikuen di panti sosial Marsudi Putra Antasena, Magelang. Hasil penelitiannya mencatat bahwa ada hubungan positif antara depresi dengan kecenderungan bunuh diri pada anak remaja delikuen dari hasil $r_{xy} = 0,962$ dengan $p < 0,005$.

Penelitian yang dilakukan oleh penulis menggunakan metode kualitatif dengan subjek penderita depresi berat dan sedang. Melalui metode penelitian kualitatif diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam untuk mempelajari etiologi dari fenomena kecenderungan bunuh diri yang terkait dengan interaksi sosial yang negatif pada individu.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui fenomena psikologi kecenderungan bunuh diri pada penderita depresi ditinjau dari interaksi sosial yang negatif.

D. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan akan diperoleh bukti-bukti yang empiris dari kecenderungan bunuh diri pada penderita depresi akibat interaksi sosial yang negatif sehingga dari penelitian ini dapat diambil beberapa manfaat:

1. Manfaat Teoritis, diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi sumbangan bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan akademisi psikologi pada khususnya. Selain itu, agar menjadi tambahan khasanah di dalam ilmu psikologi, sehingga diharapkan dapat menjadi acuan dan dikembangkan.

2. Manfaat Praktis, diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi sumber informasi yang memadai dalam memberikan gambaran yang lebih jelas dari

interaksi sosial yang negatif dan kaitannya terhadap kecenderungan bunuh diri pada penderita depresi bagi siapa saja yang membutuhkannya, khususnya bagi psikolog klinis maupun keluarga penderita depresi.